5.005 Polievka brokolicová
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
brokolica čerstvá	4,00	3,60	4,50	4,05	5,50	4,95	6,50	5,85
soľ	0,07	0,07	0,08	0,08	0,12	0,12	0,15	0,15
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25	0,40	0,40
maslo	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Do horúcej osolenej vody dáme variť očistenú, umytú, na ružice rozobratú brokolicu. Múku opražíme nasucho, zalejeme vodou, rozšľaháme a pridáme do polievky. Nakoniec zjemníme maslom a varíme 20 minút. Podávame so závarkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	141	34	1,41	1,3	0,0	3,4	1,1	50,3	0,5	0,122	0,0	0,1	41,0	0,0
B	172	41	1,62	1,8	0,0	4,1	1,3	56,5	0,6	0,139	0,0	0,1	46,2	0,0
C	220	53	1,92	2,6	0,0	4,6	1,6	68,1	0,7	0,172	0,0	0,1	56,4	0,0
D	288	69	2,39	3,5	0,0	6,1	1,9	80,4	0,8	0,206	0,1	0,1	66,7	0,0